



Bödefelder Hollenlauf / Hollenmarsch

Bödefeld / 14.05.2011

Detailauswertung

Deifuß, Holger

Verein: FC Nordkirchen

Startnummer: 708

Strecke: 67,00 km

67 km Lauf

Kategorie:

Männer M40

Gesamt-Zeit: 6:22:29

Geschwindigkeit: 10,51 km/h

Laufleistung: 5:43 min/km

Strecken-Platzierung/Gesamt: 6 (von 52)

Strecken-Platzierung/Männer: 6 (von 45)

Bestzeit der Strecke: 5:42:02

Kategorie-Platzierung: 2(von 6)

Bestzeit in der Kategorie: 5:50:57

Zwischenzeiten

Teilstreckenwertung

Gesamtwertung

Kontrolle	Split			Teilstreckenwertung				Gesamtwertung						
	km	Zeit	min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer	Gesamt km	Gesamt Zeit	Gesamt min/km	Platz Kat.	Rückst. Kat.	Platz Männer	Rückst. Männer
Nasse Wiese	19,50	1:53:28	5:49	3	13:19	9	15:26	19,50	1:53:28	5:49	2	13:19	29	
Kühude	20,50	1:56:41	5:41	2	13:38	7	13:58	40,00	3:50:09	5:45	2	26:57	29	
Nasse Wiese	20,50	1:57:40	5:44	2	3:20	5	19:36	60,50	5:47:49	5:44	2	30:17	29	
Ziel	6,50	34:40	5:19	4	1:40	10	8:18	67,00	6:22:29	5:42	2	31:32	6	40:27